
رشيدة أمهاوش
ألذ أطباق
البطاطس

حساء البطاطس بالقشدة الطرية

- المقادير :

- 500 غ من البطاطس
- 1 لتر من الماء
- قبصة ملح
- 250 غ من الكراث (البورو)
- نصف ملعقة صغيرة من الإبزار
- نصف ضامة البنة بالدجاج
- ملعقتان كبيرتان من القشدة الطرية



طريقة التحضير :



نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى مكعبات ثم نضعها في طنجرة و نضيف لها الماء و الملح. نقشر الكراث، نغسله و نقطعه إلى دوائر ثم نضيفه إلى البطاطس. نغلق الطنجرة و نسلق الخضر فوق نار متوسطة لمدة نصف ساعة على الأقل.



نزيل الطنجرة من فوق النار و نطحن جيدا محتواها بالطحانة الكهربائية.



نرجع الطنجرة فوق نار هادئة، نضيف الإبزار و ضامة البنة ثم نترك الحساء يغلي قليلا.



نفرغ القشدة الطرية و نخلطها جيدا مع الحساء. نقدمه ساخنا كمقبل.

إفادة :

* وزن حبة البطاطس المتوسطة الحجم هو : 225g و تحتوي على 180 سعرة حرارية، و كذلك على بروتينات، حديد، بوتاسيوم، نشويات لمنح الطاقة، ألياف و كمية لا بأس بها من الفيتامين C.



حساء البطاطس الحلوة



المقادير :

- 250 غ من الكراث (البورو)
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- 500 غ من البطاطس الحلوة
- 1 لتر من الماء
- قبصة ملح
- نصف ملعقة صغيرة من الإبزار
- ربع ملعقة صغيرة من الكوزة المحكوكة
- نصف ضامة البنة بالدجاج (ثانوية)
- علبة من الحليب المركز غير المحلى (160 غ)

للتزيين : - نصف ملعقة صغيرة من البقدونس

طريقة التحضير :



تقشر الكراث، نغسله و نقطعه إلى دوائر. في طنجرة، فوق نار هادئة، نقليه في الزبدة لمدة دقيقتين. نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى مكعبات نضيفها إلى الكراث ثم نضيف إليها كلا من الماء، الملح، الإبزار و الكوزة و ندعها تطهى لمدة 45 دقيقة.



بعد التأكد من نضج الخضر، نضيف ضامة البنة و نتركها تغلي لمدة ثلاث دقائق. نزيلها من فوق النار و نطحنها بالطحان الكهربائي. نفرغ الحليب المركز مع الاستمرار في التحريك.

عند التقديم نزين الحساء بالبقدونس المفروم و نقدمه ساخنا كمقبل.

حساء البطاطس بالجلبانة اليابسة

المقادير :

- 1 كلغ من البطاطس
- 250 غ من البصل
- ملعقتان كبيرتان من الزيت
- ملح و إبزار
- لتر و نصف من الماء
- 150 غ من الجلبانة اليابسة
- 120 غ من الجبن المفروم
- 5 ملاعق كبيرة من الزبدة
- 3 فصوص ثوم مفرومة
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- قضيب خبز (Baguette)



طريقة التحضير :



نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى مكعبات. نقشر البصل، نغسله و نقطعه إلى قطع صغيرة و نضعها في طنجرة، فوق نار هادئة، مع الزيت. نرش بالملح و الإبزار ثم نحرك حتى يصبح لونه ذهبيا. نضيف قطع البطاطس و نفرغ الماء.



نضيف الجلبانة اليابسة نقفل الطنجرة و نترك الكل يغلى لمدة 45 دقيقة تقريبا.



نزيل الطنجرة من فوق النار، نتركها تبرد قليلا و نطحن محتواها بالآلة الكهربائية.



نضيف الجبن المفروم و ملعقة كبيرة من الزبدة. نرجع الطنجرة فوق النار مع الاستمرار في التحريك لمدة دقيقتين.



عند التقديم، نذيب الزبدة في مقلاة فوق النار و نمزجها مع الثوم، الملح، الإبزار و البقدونس المفروم. نقطع قضيب الخبز إلى دوائر و نحمرها من الجهتين في الزبدة المذابة.
يقدم هذا الحساء مع دوائر الخبز المقلية.

سلطة البطاطس الحلوة بالقمرون





المقادير :

- 500 غ من البطاطس الحلوة
- 300 غ من القمرون المقشر

الصلصة :

- ملعقة كبيرة من الخردل (la moutarde)
- ملح و إبزار
- ملعقة كبيرة من الخل
- كأس شاي من زيت الزيتون
- 3 ملاعق كبيرة من الحليب

للتزيين :

- بضع أوراق الخس
- البقدونس المفروم

طريقة التحضير :



تغسل البطاطس الحلوة، نسلقها في الماء لمدة 30 دقيقة، نقشرها و نقطعها إلى مكعبات.
نسلق القمرون في الماء المغلى لمدة دقيقتين ثم نصفيه.

لتحضير الصلصة، نضع الخردل في زلافة مع الملح، الإبزار، الخل و ملعقتين كبيرتين من الزيت. نخفق الكل بالطراب اليدوي و نفرغ باقي الزيت تدريجيا مع الاستمرار في الخلط إلى أن تتكاثف الصلصة. نضيف لها الحليب و نحرك من جديد.



في إناء نضع البطاطس و القمرون، نصب عليهما الصلصة و نحرك بمهل كي نحافظ على شكل البطاطس.
في طبق التقديم نصفف الخس بعد أن نغسله و ننشفه، نضع السلطة في الوسط ثم نزينها بالبقدونس المفروم و نقدمها كمقبل.

سلطة بصلصة البطاطس

المقادير :

- حبتان متوسطتان من البطاطس
- حبتان من الجزر
- زلافة صغيرة من حبات الجلبانة
- زلافة صغيرة من اللوبيا الخضراء المقطعة قطعا صغيرة
- ملح
- علبة صغيرة من حبات الذرة (140غ)
- 160 غ من الطون المعلب
- 3 ملاعق كبيرة من المايونيز

صلصة بالبطاطس :

- حبة بطاطس مسلوقة و مطحونة جيدا
- ملعقة كبيرة من الخردل (la moutarde)
- ملعقة كبيرة من الخل
- ملعقة كبيرة من عصير الحامض
- ملح و إبزار
- كأس شاي من الزيت
- نصف كأس صغير من الحليب

للتزيين :

- بيضة مسلوقة
- زيتون



طريقة التحضير :

نغسل البطاطس و الجزر، نقشرهما و نقطعهما إلى مكعبات صغيرة ثم نسلقهما كلا على حدة في ماء مملح و مغلى لمدة 15 دقيقة. نفس الشيء بالنسبة للجلبانة و اللوبيا. نصفي الخضر من الماء و نحتفظ بها حتى تبرد. نفتح علبتي الذرة و الطون و نصفيهما.



الصلصة : في زلافة، نضع البطاطس المطحونة نضيف الخردل، الخل، عصير الحامض، الملح و الإبزار. نفرغ الزيت تدريجيا و نخفق باستمرار إلى أن تصبح الصلصة كثيفة.



نضيف الحليب إلى الصلصة و نخفق حتى يمتزج الكل.



في آنية، نخلط كلا من الجزر، حبات الجلبانة اللوبيا و الذرة ثم نضيف قطع البطاطس.



نصب نصف صلصة البطاطس على السلطة و نخلط الكل بمهل ثم نصففها في طبق التقديم. نرش جوانب السلطة بالمايونيز و نحاول أن نزينها بقطع الطون وذلك بتثبيتها عموديا (كما هو مبين في الصورة). نحك البيض في الوسط و نزين بالزيتون الأسود.

نقدم هذا المقبل باردا مرفوقا بصلصة البطاطس المتبقية.

12 مقبل بالبطاطس و الطون



المقادير :

- 250 غ من البطاطس
- ملح
- بيضتان
- 4 ملاعق كبيرة من المايونيز
- 80 غ من الطون المعلب
- ملعقة كبيرة من الهريسة

للتزيين :

- الفلفل الحار أو الزعتر اليابس
- الزيتون

طريقة التحضير :

نغسل البطاطس، نقشرها، نقطعها إلى دوائر و نسلقها في ماء مغلي و مملح من 10 إلى 15 دقيقة ثم نصفيها.



نصفف دوائر البطاطس في طبق تقديم. نسلق البيض، نقشره و نطحنه بالطحانة الكهربائية مع المايونيز، الطون و الهريسة.



نضع الخليط في جيب الحلواني و نضغط فوق دوائر البطاطس للحصول على زهرات. نرش بالفلفل الحار أو بالزعتر ثم نقدم هذا المقبل باردا مرفوقا بحبات الزيتون.

13 سلطة بالبطاطس و البيض



المقادير :

- 500 غ من البطاطس
- حبة بصل
- ملح و إبزار
- ملعقة كبيرة من الخل
- ملعقتان كبيرتان من الزيت
- ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم
- بيضة مسلوقة

للتزيين :

- أوراق البقدونس

طريقة التحضير :

نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى مكعبات. نسلقها في ماء مملح ثم نصفيها. نقشر البصل، نغسله و نقطعه إلى مكعبات جد صغيرة.



نضع البطاطس في إناء، نضيف لها قطع البصل، الملح، الإبزار، الخل، الزيت و البقدونس المفروم. نخلط الكل بملعقة خشبية و بمهل.

نضع السلطة في طبق التقديم و نحك أبيض البيض وسطها ثم أصفر البيض من الأعلى. نزين السلطة بأوراق البقدونس و نقدمها باردة.

مورقات بالبطاطس و الجبن

- المقادير :

- 500 غ من البطاطس
- ورقة سيدنا موسى
- قبصة ملح
- نصف ملعقة صغيرة من الإبزار
- 50 غ من جبن الگرويير أو الجبن الأحمر
- 4 مربعات من الجبن
- فصان مهروسان من الثوم
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم

- 500 غ من ورقة البسطيلة
- نصف كأس شاي من الماء
- ملعقة كبيرة من الدقيق
- أصفر بيضة
- زيت للقلي

للتزيين :

- أوراق الخس
- قليل من الجبن المفروم



طريقة التحضير :



نغسل البطاطس، نسلقها في ماء مملح مع ورقة سيدنا موسى. نتأكد من طهيها و نزيلها من الماء.



ندعها تبرد قليلا و نقشرها ثم، في إناء، نمعكها بالشوكة أو نطحنها بالمطحنة اليدوية.



نضيف للبطاطس كلا من الملح، الإبزار، الجبن المفروم، مربعات الجبن، الثوم و البقدونس المفروم. نخلط الكل جيدا و نحضر قضبانا صغيرة.



نقطع ورقة البسطيلة على شكل أشرطة طويلة. نضع في كل شريط قضيبا من حشوة البطاطس. نثني جانبي الورقة (لمنع تسرب الحشوة عند القلي) و نلفها على الحشوة. نلصق آخر الشريط بخليط الماء و الدقيق أو بأصفر البيضة.

نقلي مورقات البطاطس في حمام زيت ساخن لتتحمر من الجهتين. نضعها مباشرة فوق ورق التنشيف ليتشرب الزيت ثم نصففها في طبق تقديم مزين بأوراق الخس. نرشها بالجبن المفروم و نقدمها كمقبل.

بريوات بالبطاطس و بيض السمان

Bricks aux pommes de terre

المقادير :

- 500 غ من ورقة البسطيلة صغيرة الحجم
- ملعقة كبيرة من الزبدة المذابة
- زيت للقلي

الحشوة :

- حبتان من البصل
- ملعقة كبيرة من الزيت
- ملح و إبزار
- 500 غ من البطاطس
- 16 وحدة من بيض السمان
- نصف كأس شاي من الماء
- ملعقة كبيرة من الدقيق الأبيض

للتزيين :

- 100 غ من الجبن المفروم



طريقة التحضير :



الحشوة :

1 - نقشر البصل، نغسله و نقطعه إلى مربعات صغيرة نحمرها في مقلاة مع ملعقة كبيرة من الزيت و نرشها بالملح.

2 - نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها ثم نسلقها. نطحنها بالطحانة اليدوية أو بالشوكة.

3 - نضيف لها الملح، الإبزار و البصل المحمر ثم نخلط جيدا و نحتفظ بذلك جانبا.

4 - ندهن كل ورقة بسطيلة بقليل من الزبدة و نضع على نصف مساحتها مقدار ملعقة كبيرة من الحشوة.



5 - نكسر بيضة سمان فوق الحشوة، ندهن الجوانب بخليط الماء و الدقيق ثم نثني النصف الآخر من الورقة لنحصل على شكل نصف دائرة.

6 - نثنيها مرة أخرى كي نحصل على شكل ربع دائرة.

7 - نلصق البريوات جيداً كي لا تتسرب الحشوة.

8 - نقلي البريوات في حمام زيت ساخن و نقلبها لتتحمر من الجهتين. نضعها فوق ورق التنشيف ليتشرب الزيت.

تزين البريوات بالجبن المفروم و تقدم ساخنة.

كبيبات البطاطس بالطون

المقادير :

- 250 غ من البطاطس
- حبة كبيرة من البصل
- ملح و إبزار
- فص ثوم مهروس
- ملعقة صغيرة من الزعيترة
- ملعقة كبيرة من الزيت
- 400 غ من الطون المعلب
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- قشرة نصف حامضة محكوكة
- 3 ملاعق كبيرة من الدقيق
- بيضة
- 5 ملاعق كبيرة من الخبز المحمص و المطحون
- زيت للقلي



طريقة التحضير :



نغسل البطاطس، ننقيها و نقطعها ثم نسلقها و نطحنها بالطحانة اليدوية أو بالشوكة.



نقشر البصل، نغسله و نقطعه إلى مربعات صغيرة. نحمره في مقلاة مع الملح، الإبزار، الثوم، الزعيترة و ملعقة كبيرة من الزيت.



نصفي الطون من الزيت، نخلطه في إناء، مع البطاطس المطحونة، الملح، الإبزار، البقدونس المفروم و قشرة الحامض المحكوكة.



نحضر قضبانا من خليط البطاطس و الطون، نكسوها بالدقيق و نغمسها في البيض المخفوق ثم في الخبز المحمص و المطحون.



نقلي قضبان البطاطس في حمام زيت ساخن و نقلبها لتتحمر من الجهتين. نضعها فوق ورق التنشيف ليتشرب الزيت.

تقدم دافئة.

المعقودة



المقادير :

- 4 حبات بطاطس
- بيضتان
- ملعقتان كبيرتان من القزبر و البقدونس
- ملح و إبزار
- ملعقة كبيرة من الكمون
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- قليل من الدقيق
- زيت للقلي

طريقة التحضير :



نغسل البطاطس، نقشرها، نقطعها و نسلقها ثم نطحنها بالطحانة اليدوية أو نضعها في صحن و نعكها بالشوكة.



نضيف للبطاطس بيضة واحدة، القزبر، البقدونس، الملح، الإبزار، الكمون و الثوم ثم نخلط حتى تتجانس جميع العناصر.



نحضر الخليط على شكل كويرات، نبسطها باليد لنحولها إلى خبيزات. نغمس كل واحدة من الجهتين في البيضة المخفوقة و بعد ذلك في الدقيق.



نقلي المعقودة في حمام زيت ساخن و نحمرها من الجهتين ثم نضعها فوق ورق التنشيف ليتشرب الزيت.

تقدم دافئة.

ڭراتان البطاطس و الفطر

المقادير :

- 500 غ من البطاطس
- ملح حسب الذوق
- علبة صغيرة من الفطر (140 غ)
- ملعقة كبيرة من الزبدة
- نصف ملعقة صغيرة من الإبزار

صلصة البشاميل :

- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- ملعقتان كبيرتان من الدقيق الأبيض
- نصف لتر من الحليب
- ملح حسب الذوق
- نصف ملعقة صغيرة من الإبزار
- قبصة من الڭوزة المحكوكة

للتزيين :

- 100 غ من الجبن المفروم



طريقة التحضير :



نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى دوائر. نسلقها في ماء مغلى و مملح لمدة 10 دقائق تقريبا ثم نصفيها.



نصفي الفطر و نحمره قليلا في مقلاة مع الزبدة، الملح و الإبزار.



نصفف في آنية فرن دوائر البطاطس المسلوقة و نضيف عليها الفطر.



لتحضير صلصة البيشاميل، نذيب الزبدة في كاسرول فوق النار، نضيف الدقيق الأبيض و نحرك بطراب يدوي. نفرغ الحليب تدريجيا دون التوقف عن التحريك ثم نرش الملح، الإبزار و الكوزة. نخفق جيدا إلى أن يعقد الخليط ثم نزيله من فوق النار.



نفرغ صلصة البيشاميل بشكل متساو فوق البطاطس و الفطر.



نرش الجبن المفروم من الفوق و ندخل الآنية إلى الفرن الساخن، درجة حرارته °180 لمدة 30 دقيقة.

گراتان الباذنجان محشو بالبطاطس

المقادير :

- 500 غ من البطاطس
- قبصة ملح
- فصان ثوم مهروسان
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- 3 حبات من الباذنجان
- زيت للقلي

صلصة الطماطم :

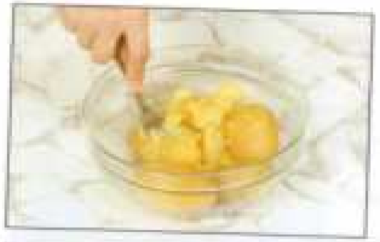
- 500 غ من الطماطم
- 3 ملاعق كبيرة من الزيت
- فصان ثوم مهروسان
- قبصة ملح
- نصف ملعقة صغيرة من الإبزار
- ملعقة صغيرة من مركز الطماطم
- ملعقة صغيرة من مسحوق السكر (ستيدة)
- ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم

للتزيين :

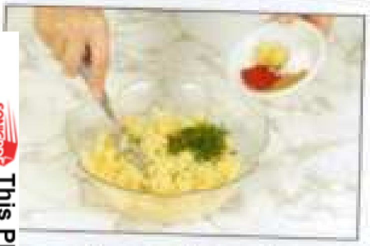
- 100 غ من الجبن المفروم



طريقة التحضير :



نغسل البطاطس و نسلقها في ماء مملح، نقشرها، و في إناء نمعكها بالشوكة أو نطحنها بالمطحنة اليدوية.



نضيف للبطاطس الملح، الثوم، التحميرة، الكمون و البقدونس ثم نخلط جيدا.



نغسل الباذنجان، نقطعه بالطول إلى شرائح، نرشه بقليل من الملح و نقليه في الزيت ثم نضعه فوق ورق التنشيف.



نحضر قضبانا من خليط البطاطس، نلفها في شرائح الباذنجان المقلية و نصففها في آنية فرن.

لتحضير الصلصة، نحك الطماطم و نضعها في مقلاة فوق نار متوسطة، نضيف الزيت، الثوم، الملح، الإبزار، مركز الطماطم، مسحوق السكر و البقدونس المفر نحرك بملعقة خشبية من حين لآخر حتى يتبخر ماء الطماطم.



نصب الصلصة على لفائف الباذنجان، نرش بالجبن المفروم و ندخل الآنية للفرن، درجة حرارته 180°، لمدة 30 دقيقة. نقدمه ساخنا.

كراتان البطاطس بالجبن

المقادير :

- 1 كلغ من البطاطس
- قبصة ملح
- ملعقة صغيرة من الإبزار
- 4 وحدات من مربع الجبن
- كأس شاي من الحليب الدافئ
- ملعقة كبيرة من الزبدة
- 4 ملاعق كبيرة من الزبدة المذابة



طريقة التحضير :



نغسل البطاطس و نسلقها في ماء مملح. نتأكد من نضجها و نزيلها من الماء لتبرد قليلا.



نقشرها و نمعكها بالشوكة أو بالمطحنة اليدوية.



نضيف للبطاطس الملح، الإبزار و مربعات الجبن، نفرغ الحليب و نخلط جيدا ثم نضع الخليط في جيب الحلواني.



ندهن آنية فرن بالزبدة و نضغط على جيب الحلواني لصنع زهرات من الخليط، نصففها بشكل فني.



ندهن البطاطس بالزبدة المذابة. ندخل الآنية للفرن، درجة حرارته °180، لمدة 30 دقيقة حتى تتحمر. نقدمه ساخنا.

طورتية بالبطاطس و النقانق

المقادير :



- حبتان من البصل
- 3 ملاعق كبيرة من الزيت
- قبصة ملح
- 100 غ من شرائح الديك الرومي المدخن
- حبتان كبيرتان من البطاطس
- حبة من اللفت
- فصان ثوم مهروسان
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- نصف ملعقة صغيرة من الإبزار
- 4 بيضات



طريقة التحضير :



نقشر البصل، نغسله و نقطعه إلى مربعات صغيرة، نحمره في مقلاة مع ملعقة كبيرة من الزيت و الملح.



نقطع شرائح الديك الرومي المدخن إلى مربعات صغيرة.



نحك كلا من البطاطس و اللفت في حكاكة ذات ثقوب كبيرة و نضعها في إناء مع قطع الديك الرومي المدخن، البصل المحمر، الثوم المهروس، البقدونس المفروم، الملح و الإبزار.



نضيف البيض و نخلط جيدا لتتجانس كل عناصر الطورتية.



في مقلاة فوق نار هادئة، نسخن ملعقتين كبيرتين من الزيت، نفرغ خليط الطورتية و نبسطه، نغطي المقلاة و ندعها تطهى من الجهة السفلية (7 دقائق تقريبا) ثم نقلبها لتتحمر من الجهة الأخرى، نقدمها مرفوقة بسلطة.

گراتان البطاطس بأبيض البيض



المقادير :

- 500 غ من البطاطس
- أبيض بيضتان
- 150 غ من الجبن المفروم
- ملح و إبزار
- علبة صغيرة من القشدة الطرية (200 غ)
- ملعقة كبيرة من الزبدة

طريقة التحضير :

نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى مكعبات. نسلقها في طنجرة بها ماء مملح ثم نصفيها.



نخفق أبيض البيض إلى أن يصبح أبيضا كالثلج. في إناء، نضع نصف كمية الجبن المفروم، الملح، الإبزار و القشدة الطرية ثم نضيف أبيض البيض المخفوق و نخلط الكل بمهل.



نضيف الخليط إلى البطاطس المسلوقة و نخلط بمهل.



نوزع خليط البطاطس في آنيتي فرن فرديتين مدهونتين بالزبدة (أو في آنية كبيرة)، نرش باقي الجبن المفروم من الفوق و ندخلهما الفرن الساخن (180°) لمدة 30 دقيقة.
يقدم ساخنا.

إفادة :

* توجد الڤيتامينات تحت القشرة مباشرة و لهذا يجب تقشير البطاطس بعد الطهي.

گراتان بالبطاطس الصغيرة





المقادير :

- 1 كلغ من البطاطس الصغيرة
- 2 ملاعق كبيرة من الزبدة
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- ملح و إبزار
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم

للتزيين :

- ملعقة صغيرة من التحميرة
- 70 غ من الجبن المفروم

طريقة التحضير :



نغسل البطاطس، نسلقها في طنجرة بها ماء ملح. تصفيها و نقشرها ثم نحمرها قليلا في مقلاة مع كل من الزبدة، الثوم، الملح، الإبزار و البقدونس المفروم.



نحرك بملعقة خشبية حتى تتجانس جميع العناصر ثم نضعها في آنية الفرن.



نرش البطاطس بالتحميرة و الجبن المفروم ثم ندخلها إلى الفرن الساخن (180°) لمدة 30 دقيقة إلى أن تتحمر البطاطس و الجبن.
نقدمه ساخنا مع طبق من اللحم.

إفادة :

* احتفظوا بالبطاطس في أماكن مظلمة، باردة و جافة لأن الإفراط في تعرضها للضوء يؤدي إلى اكتسابها لونا أخضر.

بطاطس بالسـردين

المقادير :

- 1 كلغ من سمك السردين
- حبة بصل مقطعة إلى دوائر رقيقة
- 750 غ بطاطس

صلصة الشرمولة :

- ملعقتان كبيرتان من القزبر المفروم
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- الملح
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون
- 6 فصوص ثوم مهروسة
- كأس صغير من خليط زيت المائدة و زيت الزيتون
- عصير نصف حامضة
- قليل من الماء



طريقة التحضير :

ننقي سمك السردين جيدا، نزيل له الرأس و الشوك. ندعه يستقطر و نحضر الشرمولة كالتالي : نضع في إناء كلا من القزبر، البقدونس، الملح، التحميرة، الكمون، الثوم، زيت المائدة، زيت الزيتون و عصير الحامض ثم نخلط جيدا. ندهن سمكة السردين من حيث أزلنا الشوك بمقدار ملعقة صغيرة من الشرمولة ثم نغطيها بأخرى. نحضر كل السمك بهذه الطريقة و نحتفظ بالشرمولة المتبقية.





نصفف دوائر البصل في آنية فرن. نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها كذلك إلى دوائر رقيقة و نصفف نصف الكمية كطبقة ثانية في الآنية.



نضيف لباقي الشرمولة قليلا من الماء و نخلطها. نصب مقدار ملعقتين كبيرتين منها على دوائر البطاطس.



نصفف السردين المحشو فوق دوائر البطاطس.



نصفف باقي البطاطس فوق السردين و نسقي بالشرمولة المتبقية ثم ندخل الآنية إلى الفرن الساخن (°180) لمدة نصف ساعة تقريبا إلى أن تطهى البطاطس.

نقدم هذا الطبق ساخنا مرفوقا بقطع من الحامض.

نيوكي بالبطاطس و السبانخ

المقادير :

- 300 غ من البطاطس
- نصف باقة من السبانخ
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- ملح و إبزار
- 125 غ من الدقيق الأبيض
- 3 ملاعق كبيرة من الجبن المفروم
- أصفر بيضة
- ملعقة كبيرة من زيت الزيتون

صلصة الطماطم :

- حبة بصل مقطعة قطعا صغيرة
- ملعقتان كبيرتان من الزيت
- 4 حبات طماطم محكوكة
- ملعقة كبيرة من مركز الطماطم
- ملح
- نصف ملعقة صغيرة من الإبزار
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون
- ورقة سيدنا موسى
- ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم

للتزيين :

- 50 غ من الجبن المفروم



طريقة التحضير :

نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى مكعبات. نسلقها و نعكها بالشوكة أو نطحنها بالمطحنة اليدوية.



نغسل السبانخ بالماء، نصفيها و نقطعها ثم نقليها في الزبدة و نرشها بقليل من الملح و الإبزار. عندما يتبخر ماء السبانخ كليا نزيلها من فوق النار و نحتفظ بها جانبا حتى تبرد.



في إناء نخلط السبانخ، الدقيق الأبيض، البطاطس المطحونة، الجبن المفروم، أصفر بيضة و زيت الزيتون ثم نرش بقليل من الملح و الإبزار.



نحضر كويرات من الخليط. يمكنك أن تبللي يدك بقليل من الماء عند تحضيرها كي لا تلتصق الكويرات باليد.



نغلي الماء في كاسرول مع قليل من الملح و نضع به الكويرات. هذه الأخيرة سوف تنزل إلى قعر الكاسرول، حين تصعد إلى سطح الماء، نعرف أنها نضجت. نزيلها بمصفاة ثم نضعها في آنية فرن مدهونة بقليل من الزبدة.



الصلصة : في مقلاة فوق نار متوسطة، نحمر قطع البصل في قليل من الزيت. نضيف الطماطم المحكوكة، مركز الطماطم، الملح، الإبزار، التحميرة، الكمون و ورقة سيدنا موسى. نحرك، بملعقة خشبية، من حين لآخر حتى يتبخر ماء الطماطم ثم نضيف البقدونس المفروم و نحرك قليلا.

نفرغ صلصة الطماطم على النيوكي و نرشها بالجبن المفروم. ندخل الآنية للفرن المسخن (°180) لمدة 30 دقيقة. يقدم ساخنا مرفوقا بطبق سمك أو لحم.

كراتان البطاطس بالصلصة

المقادير :

- 500 غ من البطاطس
- ملعقة كبيرة من الزبدة
- فصان ثوم مهروسان
- ملح و إبزار
- كأس صغير من الحليب الدافئ
- 100 غ من الجبن المفروم
- حبتان من البصل
- 3 ملاعق كبيرة من الزيت
- 4 حبات طماطم
- 500 غ من اللحم المفروم (الكفتة) بالتوابل
- حبة قرع مقطعة إلى مكعبات
- 3 ملاعق كبيرة من مركز الطماطم
- نصف كأس شاي من الماء
- ملعقة كبيرة من الزبدة

للتزيين :

- 100 غ من الجبن المفروم



طريقة التحضير :



نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى مكعبات ثم نسلقها. نضعها في إناء و نفتتها بالشوكة. نضيف لها كلا من الزبدة، الثوم المهروس، الملح، الإبزار، الحليب و الجبن المفروم ثم نخلط.



نقطع البصل إلى قطع صغيرة، نقليها لمدة 3 دقائق في الزيت و نرشها بالملح و الإبزار. نضيف الطماطم (مغسولة، منقاة و مقطعة قطعا صغيرة) ثم نحرك.

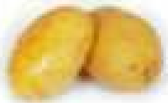


نضيف اللحم المفروم (نحرص على أن نفككه بالشوكة خلال الطهي)، القرع، مركز الطماطم ثم الماء. نترك الكل يطهى لمدة 10 دقائق.



ندهن آنية فرن بقليل من الزبدة، نصفف خليط البطاطس ثم الكفتة بالصلصة بشكل جميل. نرش الكل بالجبن المفروم و ندخل الصفيحة إلى الفرن المسخن °200 ليتحمر الجبن لمدة 15 دقيقة. يقدم الكراتان ساخنا.

كراتان البطاطس بالدجاج



المقادير :

- حبتان من البصل
- 4 ملاعق كبيرة من الزيت
- فصان ثوم مهروسان
- ملح و إبزار
- قليل من الزعفران
- ربع ملعقة صغيرة من بودرة الزنجبيل
- دجاجة من وزن 1 كلغ و نصف
- 1 كلغ من البطاطس
- زيت للقلي
- علبة صغيرة من حبات الذرة (140 غ)
- 3 ملاعق كبيرة من البقدونس المفروم
- 150 غ من الجبن المفروم
- 10 بيضات مخفوقة
- ملعقة كبيرة من الزبدة

للتزيين :

- 100 غ من الجبن المفروم



طريقة التحضير :



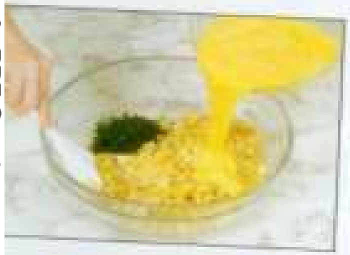
في طنجرة فوق نار هادئة، نحمر البصل المفروم في الزيت مع الثوم المهروس، الملح، الإبزار، الزعفران و الزنجبيل.



نغسل الدجاجة، ننقيها و نضيفها إلى البصل لنقليها قليلا. نفرغ لترا من الماء و نغطي الطنجرة لمدة 30 دقيقة تقريبا إلى أن يطهى الدجاج. بعد ذلك نزيل عظام الدجاج، نفتت اللحم إلى قطع صغيرة و نضعها في إناء مع المرق.



نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى مكعبات صغيرة. نقليها في الزيت إلى أن تطهى و يصفر لونها (دون أن تتحمر).



نضيف للدجاج كلا من حبات الذرة، البطاطس، البقدونس، الجبن المفروم و البيض ثم نحرك باستمرار و بمهل إلى أن تتجانس جميع العناصر.



ندهن آنية فرن بقليل من الزبدة و نفرغ فيها خليط الدجاج و البطاطس ثم نبسطه جيدا. نرش وجه الكراتان بالجبن المفروم و ندخل الآنية إلى الفرن المسخن (180°) مدة 30 دقيقة. نقطعه و نقدمه ساخنا مرفوقا بسلطة.

كويرات البطاطس بالبيض أو باللحم المفروم

المقادير :

- 2 كلغ من البطاطس
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- ملح
- كأس شاي من الدقيق الأبيض
- بيضتان مخفوقتان
- زلافة من الخبز المحمص و المطحون
- زيت للقلي

الطريقة الأولى :

- 15 وحدة من بيض السمان

الطريقة الثانية :

- 500 غ من اللحم المفروم (كفتة)
- بيضة
- حبة بصل مفرومة
- ملعقة كبيرة من القزبر المفروم
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- ملح
- نصف ملعقة صغيرة من الإبزار
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون
- 3 ملاعق كبيرة من الزيت



طريقة التحضير :

نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى مكعبات. نسلقها و نطحنها بالطحانة اليدوية. نضيف لها الزبدة، الثوم المهروس و الملح ثم نحشوها كالتالي، حسب الاختيار إما ببيض السمان المسلوق أو باللحم المفروم :

كويرات البطاطس ببيض السمان :



تسلق بيض السمان، نقشره و نحتفظ به جانبا.

1- نحضر كويرات متوسطة الحجم بخليط البطاطس، نجوف وسطها و نضع فيها بيض مسلوقة.

2- نلف البطاطس من حولها (لاستكمال الكويرة) و بنفس الطريقة نتمم باقي الكويرا

3- نكسو كويرات البطاطس بالدقيق ثم نغمسها في البيض المخفوق و أخيرا في ال المحمص و المطحون.

4- نقلي البطاطس في حمام زيت ساخن حتى تتحمر. نضعها فوق ورق التنش ليتشرب الزيت و نقدمها.

كويرات البطاطس باللحم المفروم :



1- في إناء، نخلط كلا من اللحم المفروم، البيضة، البصل، ملعقة كبيرة من الخبز المح و المطحون، القزبر، البقدونس، الملح، الإبزار، التحميرة و الكمون. نكف عن الخلط عن يتجانس الخليط.

2- نحضر كويرات صغيرة الحجم و نقليها في الزيت.

3- نحضر كويرات متوسطة الحجم بخليط البطاطس، نجوف وسطها و نضع فيها كويرات اللحم المفروم المقلية.

4- نلف البطاطس من حولها و بنفس الطريقة نتمم باقي الكويرات.

نكسو كويرات البطاطس بالدقيق ثم نغمسها في البيض المخفوق و أخيرا في الخبز المحمص و المطحون. نقلي البطاطس في حمام زيت ساخن حتى تتحمر من جميع الجوانب، نضعها فوق ورق التنشيف ليتشرب الزيت و نقدمها.

طورتية البطاطس بالثوم

المقادير :

- 1 كلغ من البطاطس
- 4 فصوص ثوم مهروسة
- 6 بيضات
- الملح
- 2 ملاعق كبيرة من البقدونس المفروم
- قليل من الزيت لدهن المقلاة

طريقة التحضير :

نجاح هذه الوصفة رهين بكيفية طهيها و باستعمال مقلاة ملساء.



نغسل البطاطس و الثوم، نقشرهما و نقطعهما إلى مكعبات ثم نسلقهما و نطحنهما بالطحانة اليدوية أو بشوكة.



نخفق البيض جيدا، نضيفه إلى خليط البطاطس مع الملح و البقدونس المفروم ثم نخلط الكل حتى تتجانس جميع المقادير.



نسخن المقلاة فوق نار هادئة، ندهنها جيدا بالزيت ثم نفرغ خليط البطاطس. نبسطه حتى يأخذ شكل المقلاة، نغطيها و ندعها تطهى لمدة 20 دقيقة تقريبا لتتحمر من الأسفل. بعد ذلك نقلب الطورتية فوق الغطاء و ندهن المقلاة بقليل من الزيت (مرة أخرى) و نضع الطورتية بمهل في المقلاة. نغطيها و نكتفي ب 10 دقائق من الطهي لتتحمر من الجهة الأخرى.

نقطع الطورتية إلى مثلثات و نقدمها مرفوقة بقطع دجاج مقلية. كما يمكن استهلاك هذه الوصفة باردة خلال النزهات حيث لا تحتاج إلى تسخين.



كبيبات البطاطس بالكفتة

المقادير :

- حبة بطاطس كبيرة
- 500 غ من اللحم المفروم بالتوابل (كفتة)
- حبة بصل مقطعة قطعا صغيرة
- ملعقتان كبيرتان من القزبر و البقدونس المفرومين
- ملح و إبزار
- ملعقة كبيرة و نصف من الزبدة

صلصة الطماطم :

- حبة بصل
- ملعقتان كبيرتان من الزيت
- 4 حبات طماطم محكوكة
- ملعقة كبيرة من مركز الطماطم
- ملح
- نصف ملعقة صغيرة من الإبزار
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون
- ورقة سيدنا موسى
- ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم



طريقة التحضير :



نغسل البطاطس، نسلقها و نزيل لها القشرة ثم نحكها في حكاكة ذات ثقوب كبيرة.



في إناء، نضع كلا من اللحم المفروم، البصل المقطع، القزبر، البقدونس، الملح و الإبزار ثم نضيف البطاطس المحكوكة و نخلط حتى تتجانس جميع العناصر.



نحضر كويرات متوسطة الحجم من خليط البطاطس و اللحم المفروم و نصففها في آنية فرن.



نضيف قطع الزبدة، نغطي الآنية بورق الألمنيوم و ندخلها إلى الفرن، درجة حرارته 180°، لمدة 20 دقيقة حتى تطهى.

نقدم الكبيبات مرفوقة بصلصة الطماطم كما يمكننا إفراغها مباشرة على الكبيبات.



الصلصة : في مقلاة، فوق نار متوسطة، نحمر قطع البصل في قليل من الزيت. نضيف الطماطم المحكوكة، مركز الطماطم، الملح، الإبزار، التحميرة، الكمون و ورقة سيدنا موسى. نحرك بملعقة خشبية، من حين لآخر حتى يتبخر ماء الطماطم و نضيف البقدونس ثم نحرك قليلا.

بطاطس بالسبانخ

المقادير :

- 1 كلغ من البطاطس
- 100 غ من الجبن المفروم
- ملح و إبزار
- باقة من السبانخ
- 2 ملاعق كبيرة من الزبدة
- 4 فصوص ثوم مهروسة
- 2 ملاعق كبيرة من القزبر المفروم
- 2 ملاعق كبيرة من البقدونس المفروم
- 8 بيضات



طريقة التحضير :

نغسل البطاطس، نقشرها و نحكها في حكاكة ذات ثقوب كبيرة. نضيف لها الجبن المفروم، الملح و الإبزار و نخلط.



نغسل السبانخ جيدا، نقطعها و نضعها في مقلاة، فوق نار هادئة. نضيف الزبدة، فصين من الثوم مهروسين، القزبر، البقدونس، الملح و الإبزار. نحرك باستمرار إلى أن يتبخر الماء كليا.



نخفق البيض في صحن مقعر مع الملح، الإبزار و فَصّيْ الثوم المتبقيين.
نفرغ نصف كمية البطاطس في آنية فرن مدهونة جيدا بالزبدة. نبسطه بالملعقة و نصب فوقه نصف كمية البيض.



نضيف السبانخ و نبسطها جيدا بملعقة.



نفرغ النصف المتبقي من البطاطس، نبسطه و نصب البيض المتبقي. ندخل الآنية إلى الفرن الساخن (200°) من 20 إلى 25 دقيقة حتى تتحمر البطاطس.

طجين السمك بالبطاطس



المقادير :

- 1 كلغ من قطع السمك الأبيض
- حبة طماطم
- 500 غ من البطاطس
- حبة فلفل أخضر
- حبة فلفل أحمر
- كأس كبير و نصف من الماء

صلصة الشرمولة :

- 5 ملاعق كبيرة من القزبر و البقدونس المفرومين
- نصف ملعقة صغيرة من الملح
- نصف ملعقة صغيرة من الإبزار
- ملعقة صغيرة من التحميرة
- ملعقة صغيرة من الكمون
- قليل من الزعفران الملون
- 5 فصوص ثوم مهروسة
- عصير نصف حامضة
- كأس صغير من خليط زيت الزيتون و زيت المائدة

للتزيين :

- شريحة من الحامض الطري

طريقة التحضير :



الشرمولة : في إناء، نضع كلا من القزبر، البقدونس، الملح، الإبزار، التحميرة، الكمون، قليلا من الزعفران، الثوم، عصير الحامض، زيت الزيتون و زيت المائدة ثم نخلط جيدا.



نرقد قطع السمك في الشرمولة المحضرة. نقطع الطماطم إلى دوائر نصففها في قعر الطجين و نضع فوقها قطع السمك ثم نحتفظ بالشرمولة المتبقية.



نغسل الخضر التالية : البطاطس، الفلفل الأخضر و الفلفل الأحمر. نقشرها و نقطعها بالطول كما هو مبين في الصورة. نصفف هذه الخضر فوق السمك و نصب الشرمولة المتبقية ممزوجة بالماء.

نضيف شريحة الحامض في وسط الطاجين، نغطيه و نضعه فوق نار متوسطة لمدة 30 دقيقة تقريبا. (يمكن إضافة الماء عند الضرورة).

يمكنك طهي هذه الأكلة في طنجرة و عند التقديم تصفف في طجين أو طبق تقديم عادي.

بطاطس بالزيتون



- حبة بصل
- ملعقتان كبيرتان من الزيت
- الملح
- حبة فلفل أخضر مقطعة إلى شرائح
- حبة فلفل أحمر مقطعة إلى شرائح
- 1 كلغ بطاطس مقطعة إلى مكعبات متوسطة الحجم
- الإبزار
- قليل من الزعفران الملون
- ربع ملعقة صغيرة من القرفة
- 1 لتر من الماء
- ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم
- حامضة مرقدة مقطعة إلى مربعات
- 50 غ من الزيتون الأخضر بدون نواة



نقطع البصل إلى مربعات صغيرة، نحمره في طنجرة مع الزيت و الملح. نضيف له الفلفل، البطاطس، الإبزار، الزعفران، القرفة و نحرك قليلا ثم نفرغ الماء و نغطي الطنجرة.
نترك الكل يطهى لمدة 25 دقيقة تقريبا.



نفتح الطنجرة، نضيف البقدونس المفروم، الحامض المرقد ثم الزيتون. نترك المرق يتقلص لمدة 10 دقائق و نقدمه ساخنا مرفوقا بطبق من اللحم أو من السمك.

بطاطس بالفليو



- 1 كلغ من البطاطس
- 4 ملاعق كبيرة من الزيت
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- ملح
- إبزار
- ملعقة صغيرة من التحميرة
- 1 لتر من الماء
- زلافة صغيرة من أوراق الفليو



نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى مكعبات ثم نضعها في طنجرة. نقليها في الزيت مع الثوم المهروس، الملح، الإبزار و التحميرة. نفرغ الماء و نغطي الطنجرة لمدة 30 دقيقة تقريبا حتى تطهى البطاطس.



نفتح الطنجرة و نضيف أوراق الفليو بعد أن نغسلها و ننشفها. ندع المرق يتقلص لمدة 5 دقائق. نقدمها ساخنة مرفوقة بسمك مقلي أو لحم.

طجين بالبطاطس القصبية



المقادير :

- 500 غ من اللحم
- 4 ملاعق كبيرة من الزيت
- حبة بصل مفرومة
- الملح
- نصف ملعقة صغيرة من بودرة الزنجبيل
- قليل من الزعفران الملون
- فصان ثوم مهروسان
- نصف لتر من الماء
- نصف كلغ من البطاطس القصبية
- عصير نصف حامضة

للتزيين :

- ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم





نغسل اللحم و نضعه في طنجرة فوق نار متوسطة مع الزيت و البصل المفروم. عندما يصبح لون البصل شفافا، نضيف الملح، التوابل و الثوم ثم نحرك من حين لآخر حتى تتجانس جميع العناصر و يتحمر اللحم. نفرغ الماء، نغلق الطنجرة و نتركها على النار لمدة 35 دقيقة.

نغسل البطاطس القصبية و نقشرها ثم نقطعها إلى نصفين. نفتح الطنجرة، نضيف البطاطس و عصير الحامض ثم نغطي الطنجرة. ندعها تغلي لمدة 20 دقيقة إلى أن تطهى البطاطس و اللحم. تقدم كطبق رئيسي مزينة بالبقدونس المفروم.

بطاطس بالحمص

المقادير :

- زلافة من الحمص المنقوع *
- 1 كلغ من البطاطس
- حبتان من البصل
- ملعقتان كبيرتان من الزيت
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- ربع ملعقة صغيرة من الكمون
- الملح
- ربع ملعقة صغيرة من بودرة الزنجبيل
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- ربع ملعقة صغيرة من الكوري (curry)
- 1 لتر من الماء

للتزيين :

- ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم





ننقع الحمص في الماء ليلة كاملة ثم نقشره. نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى مكعبات. نقشر البصل، نغسله، نقطعه إلى شرائح ثم نضعه يتحمر مع الزيت في طنجرة فوق نار هادئة. نضيف الثوم المهروس، الكمون، الملح، بودرة الزنجبيل، التحميرة، الكوري، الحمص المنقوع، قطع البطاطس و الماء. نغطي الطنجرة و نترك الكل يطهى لمدة 30 دقيقة تقريبا. عند التقديم نزين هذا الطبق بالبقدونس المفروم.

* الحمص المنقوع : الموضوع في الماء لمدة ليلة كاملة حتى ينتفخ.

طورتية البطاطس بالبقدونس



المقادير :

- 500 غ من البطاطس
- 1 حبة بصل كبيرة الحجم
- ملح و إبزار
- 6 بيضات
- فصان ثوم مهروسان
- 3 ملاعق كبيرة من الزيت
- زلافة صغيرة من البقدونس المفروم

طريقة التحضير :



نغسل البطاطس، نقشرها و نحكها في حكاكة ذات ثقوب كبيرة. نقشر البصل، نغسله و نقطعه إلى مربعات صغيرة. نضيفها للبطاطس المحكوكة مع الملح و الإبزار ثم نخلط.



بطراب يدوي نخفق البيض مع الثوم، الملح و الإبزار. نفرغ خليط البيض على البطاطس و نحرك.

نسخن الزيت في مقلاة فوق نار متوسطة، نفرغ فوقها خليط البطاطس و البيض. نضع البقدونس المفروم في الوسط على شكل دائري. نغطي المقلاة و نترك الكل يطهى لمدة 10 دقائق. نقلب الطورتية كي تتحمر من الجهة الأخرى لمدة 10 دقائق أخرى. نقدمها ساخنة.

طورتية بالبطاطس المقلية



المقادير :

- 500 غ من البطاطس
- زيت للقلي
- 6 بيضات
- فصان ثوم مهروسان
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم
- قبصة ملح
- نصف ملعقة صغيرة من التحميرة
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون

طريقة التحضير :



نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى مكعبات صغيرة. نقليها في حمام زيت ساخن حتى تتحمر قليلا ثم نضعها فوق ورق التنشيف.



نخلط جيدا كلا من البيض، الثوم، البقدونس المفروم، الملح، التحميرة و الكمون.



نسخن قليلا من الزيت في مقلاة و نضع فيها البطاطس المقلية، نفرغ عليها خليط البيض و نغطي المقلاة لمدة 5 دقائق حتى تتحمر الطورتية من الأسفل و نقلبها من الجهة الأخرى لتتحمر. تقدم ساخنة.

بطاطس مقلية في الخبز المحمص



- 500 غ من البطاطس
- ملح
- بيضة
- فص ثوم مفروم
- ربع ملعقة صغيرة من التحميرة
- ربع ملعقة صغيرة من الكمون
- زلافة صغيرة من الخبز المحمص و المطحون
- زيت للقلي

طريقة التحضير :



نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى دوائر رقيقة. نسلقها في ماء مغلى و مملح لمدة 8 دقائق تقريبا ثم نصفيها. نخفق البيض مع الثوم، الملح، التحميرة و الكمون. نغمس دوائر البطاطس في البيض ثم في الخبز المحمص و المطحون.

نقليها في حمام زيت ساخن و نضعها فوق ورق التنشيف كي يتشرب الزيت. نقدمها مرفوقة بصلصة المايونيز حسب الذوق.

رقائق البطاطس مقلية



- 500 غ من البطاطس
- فصان ثوم مفرومان
- قبصة ملح
- ملعقة صغيرة من الإبزار
- بيضة
- زيت للقلي

طريقة التحضير :



نحك البطاطس في حكاكة ذات ثقوب كبيرة. نضيف لها الثوم المهروس، الملح، الإبزار و بيضة ثم نخلط جيدا.



نأخذ مقدار ملعقة كبيرة من البطاطس المحكوكة و نقليها في حمام زيت ساخن. نستمر في القلي إلى استنفاد كل الخليط. نقدمها ساخنة مرفوقة بصلصة الطماطم الحلوة (ketchup) حسب الذوق.



فريت

نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها على شكل فريت. نضعها في الماء نصفيها و ننشفها. نرشها بالملح و نقليها في حمام زيت حتى تتحمر. نضعها فوق ورق التنشيف ليتشرب الزيت و نقدمها.

إفادة :

للإحتفاظ بها في المجمد نقليها نصف قلية و ندعها تبرد. فوق صفيحة، نوزعها متباعدة فيما بينها حتى لا تلتصق ببعضها و ندخلها المجمد لتتجمد قليلا. حينئذ نضعها في كيس بلاستيكي ثم نحتفظ بها في المجمد. عند التقديم نقليها في حمام زيت ساخن حتى تتحمر قليلا و نقدمها.



شيبس

نغسل البطاطس، نقشرها و نقطعها إلى دوائر رقيقة. نضعها في الماء ثم نصفيها و ننشفها بمنديل نظيف. نرشها بالملح و نقليها في حمام زيت ساخن حتى تتحمر. نضعها فوق ورق التنشيف ليتشرب الزيت ثم نقدمها.





بُوطَيْطُوس (1)

نغسل البطاطس، نقشرها و نقطع كل حبة إلى 12 جزءا. نسلقها في ماء مغلي و مملح لمدة 5 دقائق تقريبا ثم نصفيها. في كيس بلاستيكي نخلط الدقيق مع الملح، التحميرة و قليل من بودرة الثوم. نضع قطع البطاطس في الكيس و نحرك. نقلي البوطيطوس في حمام زيت ساخن حتى تتحمر ثم نضعها فوق ورق التنشيف ليتشرب الزيت و نقدمها.





بُوطَيْطُوس (2)

نفس طريقة تحضير البوطيطوس الأول إلا أنه يجب قليها نصف قلية و نضعها فوق ورق التنشيف ليتشرب الزيت وتبرد قليلا. نغطسها في بيضة مخفوقة و نضعها بعد ذلك في كيس الدقيق مرة ثانية و نخلط. نقليها في حمام زيت للمرة الثانية حتى تتحمر، نضعها فوق ورق التنشيف ليتشرب الزيت ثم نقدمها.



بريوش بالبطاطس

المقادير :

- 1 كلغ من البطاطس
- 3 بيضات
- 2 كؤوس شاي من مسحوق السكر
- كأس شاي و نصف من الزيت
- 1 كيس من مسحوق الفانيلا
- 1 كيس خميرة الحلوى
- ملعقتان كبيرتان من خميرة الخبز
- 10 كؤوس شاي من الدقيق الأبيض
- الملح
- 50 غ من العنب الجاف (الزبيب)
- كأس كبير من الحليب
- ملعقةكبيرة من الزبدة
- ملعقتان كبيرتان من الدقيق

للتزيين :

- بيضة مخفوقة
- 3 ملاعق كبيرة من مسحوق السكر



طريقة التحضير :



نغسل البطاطس، نسلقها و نقشرها. نقطعها إلى مكعبات و نطحنها بطحانة يدوية.



في إناء، نضع كلا من البيض، مسحوق السكر، الزيت، كيس الفانيلا، خميرة الحلوى و خميرة الخبز ثم نخلط جيدا حتى تذوب الخميرة. في أنية، نضع الدقيق نجوف وسطه، نضيف الملح و البطاطس المطحونة ثم نفرغ خليط البيض و نمزج هذه العناصر جيدا مع بعضها.

نضيف العنب الجاف و نفرغ الحليب على الخليط ثم ندلك الكل للحصول على عجين لين. نغطيه بمنديل و نحتفظ به جانبا لمدة 10 دقائق.



ندهن اليدين بقليل من الزيت و نحضر كويرات من العجين. نضعها تخمر في صفيحة فرن مدهونة بالزبدة و مرشوشة بالدقيق.

بعد ذلك ندهن بريوش البطاطس بالبيض المخفوق، تزينه بقليل من مسحوق السكر و ندخله الفرن الساخن (180°) حتى ينضج و يتحمر.

إفادة :

يمكن أن نضع البريوش في علبة محكمة الإغلاق و نحتفظ به في الثلاجة، عند تقديمه في الفطور أو خلال أوقات الشاي يسخن فوق مقلاة أو في الميكرؤوند.